



レンジで簡単 春キャベツの昆布あえ

【材 料】

キャベツ 160g(約 1/4) 短冊切り

きゅうり 1/2本 輪切り

塩ふき昆布 4g

うす口醤油 小さじ1

酢 小さじ1

塩 ひとつまみ

POINT

とても手軽に食卓に一品追加できます

【作り方】

- ・耐熱容器に野菜を入れ調味料を野菜の上にかける
- ・ラップをふんわりとかけ600W のレンジで 3 分
- ・その上に塩ふき昆布をのせて混ぜる

